

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Terjadinya kontraksi otot *uterus* yang menyebabkan aliran darah ke *uterus* terganggu sehingga menimbulkan rasa nyeri pada saat menstruasi disebut sebagai nyeri *dismenore* (Ratnawati, 2018). Menurut Sukarni & Wahyu (2013), mengungkapkan bahwa faktor pendidikan dan faktor psikis menjadi salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap nyeri *dismenore*, dimana rasa nyeri tersebut dapat diperberat dengan kondisi keadaan psikis penderita. Pada remaja terjadinya perubahan secara fisik dan psikologis dapat menyebabkan remaja mengalami stres (Uliyah, Wildan, Surachmindari, & Hidayat, 2016). Hal ini sesuai dengan Sari, Nurdin, & Defrin (2015) yang menyatakan bahwa pada masa remaja terjadi peningkatan emosi dikarenakan perubahan fisik dan kelenjar yang menyebabkan remaja menjadi sensitif dan rawan terhadap stres.

Menurut Santrock (2007) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya adalah transisi jenjang tingkat sekolah yang lebih tinggi. Rutinitas dan tuntutan akademik yang lebih tinggi dapat membuat siswa baru rentan mengalami stres. Sedangkan pada siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional (UN) akan menghadapi beratnya tuntutan sebelum menghadapi UN yang dapat menimbulkan stres akademik bagi sebagian siswa, sebab mereka khawatir tidak menguasai mata pelajaran yang telah diajarkan sebelumnya (Astuti, Taufik, & Ifdil, 2017). Stres sendiri merupakan salah satu penyebab utama terjadinya nyeri *dismenore* pada remaja (Ertiana, Akhyar, & Budihastuti, 2016).

Kejadian nyeri *dismenore* di Indonesia berdasarkan data profil kesehatan didapatkan sebanyak 64,25 % yang terdiri dari 54,89 % dengan nyeri *dismenore* primer dan 9,36 % dengan nyeri *dismenore* sekunder (PD IBI Jatim, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Silvanus, Mudayatiningsih, & Rahayu (2017) pada remaja putri di SMAN 7 Malang menunjukkan bahwa dari 35 remaja putri didapatkan sebanyak 2 remaja putri (5,7%) tidak mengalami nyeri *dismenore*, 9 remaja putri (25,7%) mengalami nyeri *dismenore* ringan, 14 remaja putri (40%) mengalami nyeri *dismenore* sedang, 10 remaja putri (28,6%) mengalami nyeri *dismenore* berat. Sedangkan, pada penelitian yang dilakukan Yuniyanti, Masini, & Salim (2014) pada siswi di SMK Bhakti Karyakota Magelang didapatkan hasil dari 138 siswi terdapat sebanyak 48 siswi (34,8%) mengalami stres sedang, 46 siswi (33,3%) mengalami stres berat, 27 siswi (19,6%) mengalami stres normal, 12 siswi (8,7%) mengalami stres ringan, dan 5 siswi (3,6%) mengalami stres sangat berat. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada 5 siswi di SMA Negeri Olahraga Sidoarjo terdapat sebanyak 5 dari 5 (100%) remaja putri merasakan mengalami nyeri *dismenore* dan 5 dari 5 (100%) remaja putri juga menyatakan mengalami stres.

Munculnya stres pada remaja juga dapat diakibatkan dari berbagai hal antara lain karena frustrasi, konflik, *pressures* (tekanan), *self-imposed*, faktor keluarga, sekolah, dan lingkungan fisik (Aryani, 2016). Saat seseorang mengalami stres terjadi respon *neuroendokrin* sehingga menyebabkan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) yang merupakan regulator *hipotalamus* utama menstimulasi sekresi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi *kortisol adrenal*. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH)

terhambat sehingga perkembangan *folikel* terganggu. Hal ini menyebabkan sintesis dan pelepasan *progesteron* terganggu. Kadar *progesterone* yang rendah meningkatkan sintesis *prostaglandin* F2 α dan E2 (Cunningham, 2008). Ketidakseimbangan antara *prostaglandin* F2 α dan E2 dengan *prostasiklin* (PGI2) menyebabkan peningkatan aktivasi PGF2 α . Peningkatan aktivasi menyebabkan *iskhemia* pada sel-sel *miometrium* dan peningkatan kontraksi *uterus*. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan *dismenore* (Wiknjosastro, 2008)

Nyeri *dismenore* juga mempunyai dampak pada kehidupan sehari-hari, seperti menyebabkan keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, kurangnya konsentrasi dalam belajar sehingga menyebabkan penurunan kinerja akademik pada remaja, kualitas tidur menjadi buruk, perubahan suasana hati yang dapat menyebabkan kecemasan dan depresi (Bernardi, Lazzeri, Perelli, Petraglia, & Reis, 2017). Penatalaksanaan nyeri *dismenore* dapat diatasi menggunakan 2 cara, yaitu secara *farmakologis* dan *non-farmakologis*. Untuk *non-farmakologis* sendiri dapat dilakukan teknik relaksasi, hipnosis, terapi es atau dengan buli-buli panas sebagai alternatif (Ertiana, Akhyar, & Budihastuti, 2016). Menurut Yuniyanti, Masini, & Salim (2014), penatalaksanaan nyeri *dismenore* dari segi kondisi psikis (stres) dengan cara melakukan pengelolaan stres.

Pada umumnya olahraga dikenal dapat mengurangi terjadinya nyeri *dismenore* (Cahyaningtias & Wahyuliati, 2007). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Metheny & Smith (1986) yang menyatakan bahwa olahraga teratur tidak mempengaruhi terhadap penurunan nyeri *dismenore*, sedangkan faktor stres mempunyai hubungan bermakna terhadap terjadinya nyeri *dismenore*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan

Tingkat Stres Dengan Derajat Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di SMA Negeri Olahraga”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan hubungan tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga.
2. Mengidentifikasi derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga.
3. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga ini diharapkan dapat digunakan sebagai kontribusi sumber informasi yang berguna untuk mengembangkan ilmu keperawatan *maternitas*, terutama dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai kejadian nyeri *dismenore*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi responden untuk dapat mengetahui faktor yang dapat mempengaruhi nyeri saat menstruasi (*dismenore*) yaitu tingkat stres.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dan mendorong pihak sekolah atau tenaga kesehatan yang terkait dalam meningkatkan manajemen pengelolaan stres untuk mencegah nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri Olahraga.

3. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi terkait tingkat stres dengan derajat nyeri *dismenore* pada remaja putri.